License No.: 371. Dated 10-10-37.

വൈദ്യസാരഥി.

വാല്യം 12 } 1122 മേടം. { ലക്കം 1.

ആയുർവ്വേദൗഷധങ്ങളും ഓഷധികളും.

മലമ്പനി, ശ്വാസംമുട്ടൽ, വില്ലൻചുമ, ജലദോഷം, വയറുകടി മുതലായരോഗങ്ങളെ ഭേദപ്പെടുത്തുന്നവയായ

അഷ്ടവർഗ്ഗം,

കന്മദം, കസ്തൂരി, ഗോരോചന, പ്ലാങ്ങ്ഓയിൽ

(അണുകീടനാശകതൈലം).

ഗുണത്തിനും പരിശുദ്ധതയ്ക്കും പൂർണ്ണ ഉത്തരവാദിത്വമുള്ളതു്.

Bhisag Bhusan

Prof:- **K. N. SHARMA, M. Sc., HONS.,**

78. Taybaal, Nepal.

EDITOR:- N. S. MOOSS, (VAYASKARA)

വാർഷികവരിസംഖ്യ രൂ. 3. ഒറ്റപ്രതിക്ക് അണ 4.

# വൈദ്യസാരഥി.

കേരളത്തിലെ

ഏക സംസ്കൃത മലയാള വൈദ്യമാസിക.

വാല്യം 12. 1122 മേടം. ലക്കം 1.

മംഗളം.

—*—

രിപോർജയേ സാരഥിവന്മഹീപതേഃ
സഹായതാം വൈദ്യഗണസ്യ രുഗ്ജയേ
പ്രപദ്യമാനേയമതീവ മാസികാ
സദാ പരം ശുംഭതു വൈദ്യസാരഥിഃ

വൈദ്യൻ, പി. രാമൻമേനോൻ.

സംപാദകീയപംക്തി.

ആയുർവേദത്തിൻെറ സാരഥ്യം വഹിച്ചുകൊണ്ടു് "വൈദ്യസാരഥി" ഇപ്പോൾ ഇതാ പന്ത്രണ്ടാം വയസ്സിലേക്കു് പ്രവേശിച്ചിരിക്കുന്നു. കഴിഞ്ഞ പതിനൊന്നു കൊല്ലത്തിൽ മുക്കാൽ ഭാഗവും പലവിധത്തിലുള്ള ബാലാരിഷ്ടകളേക്കൊണ്ടു വല്ലാതെ കഷ്ടപ്പെടേണ്ടതായി വന്നിട്ടുണ്ടെന്നുള്ള പരമാൎത്ഥം ഈയവസരത്തിൽ മറച്ചുവയ്ക്കാവുന്നതല്ല. "സാരഥി"യുടെ അഞ്ചാംവയസ്സിൽ ബാധിച്ചതായ ബാലാരിഷ്ട ഇതുവരെയും നീങ്ങിയിട്ടില്ലെങ്കിലും ഭാരതവൎഷത്തിനു കരഗതമാകുവാൻപോകുന്ന സ്വാതന്ത്ര്യലബ്ധിയോടുകൂടി ഈ

ബാലാരിഷ്ടകളും നീങ്ങി വീണ്ടും ആയുർവൈദ്യത്തിൻെറ സാരഥ്യം വഹിച്ചുകൊണ്ടു് പ്രശോഭിതമാകുമെന്നുതന്നെയാണു് ഞങ്ങളുടെ ദീർഘദർശനത്തിൽ തോന്നുന്നതു്.

ഇക്കഴിഞ്ഞ രണ്ടാംലോകമഹായുദ്ധകാലത്തു് കടലാസ്സു മുതലായ അച്ചടിസാമഗ്രികളുടേയും മററം വില അപരിമിതമായി വർദ്ധിച്ചതുമൂലം "സാരഥി"യുടെ ആകൃതിക്കും പ്രകൃതിക്കും രൂപഭേദം സംഭവിക്കുവാനിടയായിട്ടുണ്ടു്. വളരെ ക്ലേശങ്ങളും നഷ്ടങ്ങളും "സാരഥി"ക്കു് ബാല്യകാലത്തിൽ അനുഭവിക്കേണ്ടതായുംവന്നു. എങ്കിലും "സാരഥി"യുടെ പ്രസിദ്ധീകരണം നിൎത്തേണ്ടതായി വന്നിട്ടില്ലെന്നുള്ളതിൽ അല്പം കൃതാൎത്ഥതയ്ക്കു് അവകാശമുണ്ടെന്നു ഞങ്ങൾ കരുതി അഭിമാനിക്കുന്നതിൽ മഹാന്മാർ തെററു കല്പിക്കയില്ലെന്നു് വിശ്വസിക്കുന്നു.

വൈദ്യസാരഥിയുടെ കെട്ടും മട്ടും ആകൃതിയുമൊക്കെ ഇപ്പോൾ മാറിയിട്ടുണ്ടെങ്കിലും കാലവിളംബംവിനാ എല്ലാവിധത്തിലും പൂൎവ്വാധികം സുന്ദരമാക്കിത്തീക്കണമെന്നാണു് ഞങ്ങളുടെ വിചാരം.

ഇനി "സാരഥി"യുടെ ഉള്ളടക്കത്തേക്കുറിച്ചു് ചിന്തിക്കുന്നതായാലും ശാസ്ത്രീയമായും ഗവേഷണപരമായുമുള്ള നവംനവങ്ങളായ ലേഖനങ്ങളുടെ അഭാവം ഞങ്ങളെ വല്ലാതെ കഷ്ടപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ടു്. ഇന്നു കേരളത്തിൽ ശാസ്ത്രീയജ്ഞാനവും പരിചയവുമുള്ള ആയുൎവ്വേദവൈദ്യന്മാർ തുലോം കുറവാണു് എന്നുള്ളതു ഇതിൻെറ പ്രധാനകാരണങ്ങളിലൊന്നാണു്. അറിവും പരിചയവുമുള്ളവർ ചിലരുണ്ടെങ്കിൽതന്നെയും അവൎക്കു് അവരുടെ ജ്ഞാനത്തെ പ്രതിഫലിപ്പിക്കുവാനുള്ള ശക്തിയും ശ്രദ്ധയും കുറവാണു്. ചിലരതിനും കെല്പുള്ളവരാണെങ്കിലവരിൽ ഭൂരിപക്ഷവും അലസന്മാരിൽ അഗ്രഗണ്യന്മാരായി ശോഭിക്കുവാനാഗ്രഹിക്കുന്നവരുമാണു്. അതുകൊണ്ടു് ഞങ്ങൾക്കു ആയുർവേദാഭിജ്ഞന്മാരോടു ഒരു അഭ്യൎത്ഥനയുള്ളതു് അവർ അവരവരേക്കൊണ്ടു് കഴിയും

വിധം ശാസ്ത്രീയമായും ഗവേഷണപരമായുമുള്ള ലേഖനങ്ങൾ എഴുതി അയച്ചുതന്നും മററു സഹായസഹകരണങ്ങൾ ചെയ്തും ഞങ്ങളെ വേണ്ടവിധം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും തദ്വാരാ "സാരഥി"യെ അതിൻെറ കൃത്യം നിർവ്വഹിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി സഹായിക്കുകയും ചെയ്യണമെന്നുള്ളതാണു്.

ഞങ്ങൾ പലേ അവസരങ്ങളിലും ഈ പംക്തികളിൽ നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ള കാര്യങ്ങളിൽ ചിലതെല്ലാം ഇപ്പോൾ തിരുവിതാംകൂറിൽ നടപ്പിൽ വന്നിട്ടുണ്ടെന്നുള്ളതു് ഏററവും സന്തോഷകരമായ ഒരു വാർത്തയാണു്.

ഭാരതമൊട്ടാകെ നോക്കുന്നപക്ഷം ഇന്നും ആയുർവ്വേദവൈദ്യന്മാരുടെ സ്ഥിതി വളരെ പരിതാപകരമാണെന്നുള്ള സംഗതി സവ്യസനം പറയേണ്ടതായിട്ടാണിരിക്കുന്നതു്. എന്നാൽ ഇപ്പോൾ ആയുർവേദവൈദ്യന്മാർ ജാഗരൂകരായിവർത്തിക്കേണ്ടകാലം അതിക്രമിച്ചിരിക്കുന്നു. പൊതുജനങ്ങൾക്കു് ആയുർവേദത്തിൻെറ മാഹാത്മ്യത്തെ മനസ്സിലാക്കി കൊടുക്കേണ്ടതു് ഒരു പ്രധാന കർത്തവ്യമായിട്ടാണിരിക്കുന്നതു്. ആയുർവേദത്തിൽ ശസ്ത്രക്രിയയും രോഗനിവാരണോപായങ്ങളും ഇല്ലെന്നു വാദിക്കുന്ന ഭാരതീയർ ഇന്നും ധാരാളമുണ്ടു്. അവരിങ്ങനെ പറയുന്നതിനുള്ള കാരണം പ്രധാനമായി അവരുടെ അജ്ഞതയും ആയുർവ്വേദശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരുടെ അനാസ്ഥയുമാണു്. രോഗനിവാരണോപായങ്ങൾ ആയുർവേദത്തിൽ സവിസ്തരം പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുള്ളതാണെന്നു് ആയുർവേദശാസ്ത്രസംബന്ധമായ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ അല്പമെങ്കിലും നോക്കിയിട്ടുള്ളവൎക്കു് അറിയാവുന്നതുമാണല്ലോ. ഇന്നത്തെ പാശ്ചാത്യരീതിയിൽ പരിചയിച്ചു അഭ്യസിച്ചിട്ടുള്ള പൊതുജനാരോഗ്യപരിപാലകന്മാർപോലും അത്ഭുതപ്പെടുവാനിടയുള്ള നിരവധി സംഗതികൾ ചരകത്തിലെ ജനപദോദ്ധ്വംസനീയം, അനാഗതാബാധപ്രതിഷേധനീയം മുതലായ അദ്ധ്യായങ്ങളിൽ പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ടു്.

ആയുർവേദസ്ഥാപനങ്ങളും കഴിവുള്ള ആയുർവേദശാസ്ത്രാനുയായികളും, പത്രങ്ങൾ മാസികകൾ മുതലായ പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളേക്കൊണ്ടും ലഘുലേഖകൾ മുഖേനയും ആയുർവ്വേദോക്തങ്ങളായ സംഗതികളെ സാധാരണ ജനങ്ങൾക്കു മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുത്തും ഇങ്ങനെയുള്ള സംരഭങ്ങൾ കൂടാതെ ശാസ്ത്രോക്തരീതിയിൽ ആതുരാലയങ്ങളും മററും നിർമ്മിച്ചും ആയുർവേദത്തെ അതിൻെറ അനന്യാദൃശമായ സുദൃഢാധിഷ്ഠാനതത്വങ്ങളിൽകൂടി പ്രചരിപ്പിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കേണ്ടതുമുണ്ടു്.

വൈദ്യസാരഥി വായനക്കാരിൽ ചിലക്കു് ശ്രീമാൻ രാമൻമേനോൻ അവർകളുടെ ശാസ്ത്രപരിഷ്കാരലേഖനങ്ങളേസംബന്ധിച്ചുംമററും ചിലപ്പോൾ നീരസം തോന്നാനിടവന്നിരിക്കാം. എന്നാൽ അദ്ദേഹത്തിൻെറ ലേഖനങ്ങളിൽനിന്നും പല ശാസ്ത്രതത്വങ്ങളും വായനക്കാക്കു പലക്കും മനസ്സിലാക്കുവാനും തക്കമുള്ള സംഗതികളേക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കാനും ഇടവന്നിട്ടുള്ളതുകൊണ്ടു് അങ്ങിനെയുള്ള സംഗതികൾ കൂടി പ്രതിപാദിക്കുന്ന വിഷയങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ലേഖനങ്ങൾ വൈദ്യശാസ്ത്രം പഠിക്കുന്നവക്കു ഉപകാരപ്രദമായിത്തീന്നേക്കാവുന്നതാണു്. "തദ്വിദ്യസംഭാഷാ ബുദ്ധിവർദ്ധനാനാം" എന്നാണല്ലോ പറയുന്നതും. വാദപ്രതിവാദംകൂടാതെ സംഗതികൾ ശരിയായി മനസ്സിലാക്കുവാൻ സാദ്ധ്യമല്ലല്ലോ. എന്നാൽ ഇങ്ങനെ ശാസ്ത്രപരിഷ്കാരസംരംഭപരങ്ങളായ ലേഖനങ്ങളിൽ ലേഖകന്മാർ പ്രധാനമായി മനസ്സിരുത്തി പ്രവത്തിക്കേണ്ടതു് പ്രതിപക്ഷിയുടെ വ്യക്തിപരമായ കാൎയ്യങ്ങളെ യാതൊരുവിധേനയും സ്പശിക്കാതെ അവരവക്കു പറയാനുള്ള കാൎയ്യങ്ങൾ എഴുതുകയെന്നുള്ളതാണു്. ഈ സംഗതി വാദപ്രതിവാദസംബന്ധങ്ങളായ കാൎയ്യങ്ങളിൽ ലേഖകന്മാർ പ്രത്യേകം കരുതി പ്രവത്തിക്കണമെന്നുള്ളതും ഏററവും പ്രധാനമാകുന്നു. വ്യക്തിപരമായ ആരോപണങ്ങൾക്കുശാസ്ത്രവാദത്തിൽ സ്ഥാനമില്ലല്ലോ. വാദപ്രതിവാദാവസരങ്ങളിലും

ഈ സംഗതി പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണെന്നു് ഒന്നുകൂടി വ്യക്തമാക്കിക്കൊള്ളട്ടെ. ഏതുവക്കും തെററുപററാവുന്നതാണു്. ഏതാണു് ശരിയായിട്ടുള്ളതു എന്നു് മനസ്സിലാക്കുന്നതിനു തദ്വിദ്യസംഭാഷ ഒഴിച്ചുകൂടുവാൻ വയ്യാത്ത ഒന്നാണു്. ശാസ്ത്രം പഠിച്ചതുകൊണ്ടുമാത്രം പോരാ. പരിചയവും സമ്പാദിക്കണം. "രത്നാദിസദസജ്ജ്ഞാനം നശാസ്ത്രാദേവജായതേ" എന്നാണല്ലോ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതു്. ഒരാൾ വൈദ്യശാസ്ത്രം പഠിച്ചതുകൊണ്ടു് വൈദ്യനായില്ല. ഏതു വൈദ്യശാസ്ത്രം പഠിക്കുന്നയാളും അന്യ വൈദ്യസമ്പ്രദായങ്ങളെ കഴിവുള്ളടത്തോളം ഗ്രഹിക്കുകയും ചികിത്സാവിഷയത്തിൽ പ്രായോഗികമായി പരിജ്ഞാനം സമ്പാദിക്കുകയും വേണം. വൈദ്യശാസ്ത്രങ്ങളിൽതന്നെയല്ല മററുശാസ്ത്രങ്ങളിലും ലോകകാര്യങ്ങളിലും അറിവു സമ്പാദിക്കണം.

ശസ്ത്രം ശാസ്ത്രാണിസലിലം
ഗുണദോഷപ്രവൃത്തയേ
പാത്രാപേക്ഷിണ്യതഃപ്രജ്ഞാം
ബാഹുശ്രുത്യേന ബൃംഹയേൽ.

സ്വേദക്രിയ.

(എൻ. എസ്സ്. മൂസ്സ്, വയസ്കര.)

ആയുർവ്വേദ, ചികിത്സാ, സമ്പ്രദായത്തിൽ ഏററവും പ്രധാനപ്പെട്ട പഞ്ചകർമ്മങ്ങൾക്കു മുമ്പു ചെയ്യണമെന്നു വിധിച്ചിരിക്കുന്ന പൂർവ്വോപക്രമങ്ങളിൽ ഒന്നാണല്ലോ സ്വേദം.

പൊതുവിൽ നോക്കുന്നപക്ഷം സ്വേദക്രിയയെ ആഗ്നേയമെന്നും അനാഗ്നേയമെന്നും രണ്ടായി തരംതിരിക്കാം. ബാഹ്യാഗ്നിസംയോഗംകൊണ്ടു് ശരീരത്തേ വിയർപ്പിക്കുന്നതിനു

ആഗ്നേയസ്വേദമെന്നു പറയുന്നു. എന്നാൽ അനാഗ്നേയ സ്വേദം—അഗ്നിയുടെ സഹായംകൂടാതെ ശരീരാന്തഃസ്ഥിതങ്ങളായ ധാതഗ്നികളുടെ ബഹിർന്നിർഗ്ഗമത്തെ ബാഹ്യോപായങ്ങളെക്കൊണ്ടു് തടഞ്ഞുനിറുത്തുകയാണു്. ശരീരധാതുക്കൾ സദാ പചനസ്വരൂപങ്ങളാണല്ലോ. അവ എല്ലായ്പോഴും ശരീരാന്തർഭാഗത്തുനിന്നും ഊഷ്മാവിനെ രോമകൂപങ്ങൾ വഴിയായി ബഹിർഭാഗത്തേക്കു് കളഞ്ഞുകൊണ്ടാണല്ലോ ഇരിക്കുന്നതു്. ഈ ഉഷ്മാവിനു, ശരീരത്തിന്റെ ഉള്ളിൽനിന്നും വരുന്നതുകൊണ്ടു് ജലാംശം ധാരാളമായിട്ടുണ്ടു്. ഗുരുപ്രാവരണാദികളേക്കൊണ്ടു് ഈ ഊഷ്മാവിനു വെളിയിലുള്ള വായുവുമായി സമ്പക്കം സാധിക്കാതെ വരുമ്പോൾ ശരീരത്തിൽ അതു് സ്വേദകണങ്ങളായി രൂപാന്തരപ്പെടുന്നു.

ഈ മുൻപറഞ്ഞ രണ്ടുതരം സ്വേദത്തിൽ ആഗ്നേയസ്വേദത്തെ താപോപനാഹോഷ്മദ്രവഭേദങ്ങളേക്കൊണ്ടു് നാലുതരമായി വിഭജിക്കാം. "സ്വേദസ്താപോപനാഹോഷ്മദ്രവഭേദാച്ചതുർവ്വിധഃ" എന്നാണല്ലോ വാഗ്ഭടവചനം. ഇനി ഇതിൽ ഓരോന്നിനേയുംകുറിച്ചു് അല്പം വിസ്തരിക്കാമെന്നു വിചാരിക്കുന്നു.

1. താപസ്വേദം.

ബാഹ്യാഗ്നിസംയോഗംകൊണ്ടു ചൂടുപിടിപ്പിച്ച വസ്ത്രം, മാടോടു്, ഹസ്തതലം, ഇവകൊണ്ടു് ശരീരത്തിൽ സ്പർശിച്ചു സ്വേദിപ്പിക്കുന്നതിനാണു് താപസ്വേദം എന്നു പറയുന്നതു്. ശരീരത്തിലെ ചില ചില ഭാഗങ്ങൾ മാത്രം സ്വേദിപ്പിക്കുന്നതിനാണു് ഈ സമ്പ്രദായം പ്രധാനമായി പ്രയോജനപ്പെടുന്നതു്.

2. ഉപനാഹസ്വേദം.

വചാദ്യൌഷധങ്ങളോ, സുരസാദി തുടങ്ങിയുള്ള രോഗാനുഷക്തദോഷകോപഭേദേന മററു് ഔഷധങ്ങളോ, കാടി,

മോരു തുടങ്ങിയുള്ള ദ്രവങ്ങളിൽ വേവിച്ചരച്ച് സൈന്ധവാദിലവണങ്ങളും സ്നേഹദ്രവ്യങ്ങളും ചേർത്ത് വേദനയോ, നീരോ ഉള്ള ശരീരഭാഗങ്ങളിൽ കനത്തിൽ പുരട്ടി സ്നിഗ്ദ്ധോഷ്ണവീര്യങ്ങളും മൃദുക്കളുമായ ചർമ്മപട്ടങ്ങളെക്കൊണ്ടോ വാതഹരങ്ങളായ ആവണക്ക മുതലായവയുടെ ഇലകളെക്കൊണ്ടോ കമ്പിളികളെക്കൊണ്ടോ പൊതിഞ്ഞുകെട്ടി വിയർപ്പിക്കുന്ന സമ്പ്രദായത്തിനാണ് ഉപനാഹസ്വേദം എന്നു പറയുന്നതു്. പോട്ടീസ് അല്ലെങ്കിൽ പ്ലാസ്റ്റിരി എന്നു സാധാരണ ജനങ്ങളുടെയിടയിലും പാശ്ചാത്യഭിഷഗ്വരന്മാർ '*Poultice*' എന്നും '*Plaster*' എന്നും പറഞ്ഞുവരുന്ന വിയർപ്പിക്കുന്ന സമ്പ്രദായവും ഈ ഇനത്തിൽ പെട്ടന്നതാണ്. "രാത്രൗബദ്ധം ദിവാമുഞ്ചേന്മുഞ്ചേദ്രാത്രൗ ദിവാകൃതം" എന്നാണ് ഇങ്ങനെ വിയർപ്പിക്കുന്നതിനു കാലനിർണ്ണയം ആയുർവേദാചാര്യന്മാർ ചെയ്തിരിക്കുന്നതു്. ഒരു ദിവസം രാവിലെ ഈ പറഞ്ഞ വിധത്തിൽ വെച്ചുകെട്ടിയാൽ അതു വൈകിട്ട് അഴിച്ചുകളഞ്ഞു് പിന്നെ രാത്രിയിൽ വെച്ചുകെട്ടി പിറേറദിവസം രാവിലെ അഴിച്ചുകളയണം. ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ ഈ ക്രിയ കുറച്ചുസമയം ചെയ്താലും മതിയാകും. ഇങ്ങനെയുള്ള ഉപയോഗത്തിനു അലോപ്പതിക്കാർ പ്രത്യേകം തയ്യാർചെയ്തുവയ്ക്കുന്ന ഒരു ഔഷധമാണ് "*Antiphlogistin*" എന്നു പറയുന്നതു്. ഇതു ന്യൂമോണിയാ എന്നു് ആംഗലഭാഷയിൽ പറഞ്ഞുവരുന്ന കഫാധികജ്വരത്തിനു മാറത്തു വെച്ചുകെട്ടുക സാധാരണ ചെയ്യാറുമുണ്ടല്ലോ.

3. ഊഷ്മസ്വേദം.

മൺകട്ട, മാടോട്, മണൽ മുതലായവ പഴുപ്പിച്ച് വെള്ളത്തിലിട്ട് ആ വെള്ളത്തിൽനിന്നും വരുന്ന ആവി കൊള്ളിച്ചും, തവിട്, ഉമി, മണൽ ഇവ തുണിയിൽ കിഴി കെട്ടി അതു ചൂടാക്കിയതിൽനിന്നുള്ള ആവികൊണ്ടും (ആ കിഴികൾ ശരീരത്തിൽതലോടിയും) മററും വിയർപ്പിക്കുന്നസമ്പ്രദായം ഊഷ്മസ്വേദത്തിൽപെട്ടതാണ്. സാധാരണ

കേരളത്തിൽ, മററ പ്രദേശങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ച് പ്രത്യേക വിധിപ്രകാരം നടത്തിവരുന്ന ഞവരക്കിഴി ഇതിൻെറ ഒരു വിഭാഗമാണു്. ഇതിനു പിണ്ഡങ്ങ(കിഴിക)ളെക്കൊണ്ടു് അതായതു ഔഷധാധികളെക്കൊണ്ടു് കിഴികളുണ്ടാക്കി സ്വേദിപ്പിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് പിണ്ഡസ്വേദമെന്നും പറഞ്ഞുവരുന്നു.

ശിഗ്രുവാരണാദികളുടെ ഇലകൾ വെള്ളത്തിലിട്ടു തിളപ്പിച്ച് കുടത്തിലാക്കിയും നാളികളിൽകൂടിയും ആവി വരുത്തി ആ ചൂടുകൊണ്ടു് വിയർപ്പിക്കുന്നതും ഊഷ്മസ്വേദമാകുന്നു. കുഴലു (നാളി) കൾവഴി ആവികൊള്ളിച്ചു വിയർപ്പിക്കുന്നതുകൊണ്ടു് നാളിസ്വേദമെന്നും ഈ സമ്പ്രദായത്തിനു പേരുപറയാവുണ്ടു്.

4. ദ്രവസ്വേദം.

രോഗാവസ്ഥയനുസരിച്ച് ശിഗ്രുവാരണാദ്യൗഷധങ്ങളെക്കൊണ്ടു് വെള്ളം തിളപ്പിച്ച് ആ വെള്ളം കുടത്തിലോ കുഴലുകളിലോ ആക്കി രോഗിയെ എണ്ണതേപ്പിച്ചു കിടത്തി ശരീരം വസ്ത്രംകൊണ്ടു മൂടിയിട്ടു് അതിനുമേലേ ഈ വെള്ളം ചൂടുപാകത്തിലൊഴിച്ച് വിയർപ്പിക്കുകയോ ആ വെള്ളം ഒരു കുഴിയുള്ളതും പരന്നതുമായ പാത്രത്തിലൊഴിച്ച് സഹിക്കാവുന്ന ചൂടു് ആകുമ്പോൾ അതിൽ രോഗിയെ ഇരുത്തി വിയർപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യുന്ന സമ്പ്രദായത്തിനാണു് ദ്രവസ്വേദമെന്നു സാധാരണ പറയുന്നതു്. എല്ലാ രോഗങ്ങൾക്കും മേൽ പറഞ്ഞപ്രകാരം ഔഷധങ്ങളിട്ടു തിളപ്പിച്ച വെള്ളത്തിൽ രോഗിയെ ഇറക്കിയിരുത്തണമെന്നില്ല. കാലിലോ കൈകളിലോ ആണു് ഉപദ്രവമെങ്കിൽ ആ ഭാഗം മാത്രം ഇങ്ങനെ ചൂടുള്ള വെള്ളത്തിൽ ഇട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതും ഈ സ്വേദവിഭാഗത്തിലന്തർഭവിച്ചിട്ടുള്ളതുതന്നെയാണു്.

നാച്ചുറോപ്പതിചികിത്സാസമ്പ്രദായാനുയായികൾ (അല്ലെങ്കിൽ കുനിചികിത്സാനുഗാമികൾ)ക്കു് ഇങ്ങനെ വെള്ളത്തിലിറങ്ങിയിരിക്കുന്ന സമ്പ്രദായം സുപരിചിതമാണു്.

അവർ സാധാരണ പച്ചവെള്ളത്തിലാണു് രോഗികളെ ഇറക്കിയിരുത്തുക പതിവു്. ഇതു എപ്പോഴും ഏതു രോഗാവസ്ഥയിലും ഫലപ്രദമായി വരികയില്ല. ചിലക്കു് ചൂടുവെള്ളമായിരിക്കും, പച്ചവെള്ളത്തിനേക്കാൾ ഗുണപ്രദം. വെള്ളം തിളപ്പിച്ചു് സഹിക്കാവുന്ന ചൂടോടെ അതിൽ രോഗിയെ ഇരുത്തി എന്നുവച്ചു് നാച്ചുറോപ്പതിക്കാർ അതിനു വിരോധംപറയുമെന്നു തോന്നുന്നില്ല. പ്രകൃതിയനുസരിച്ചു് ചികിത്സിക്കയെന്നതാണല്ലോ അവരുടെ പ്രധാന ചികിത്സാതത്വം.

ഇത്രയും പറഞ്ഞതിൽനിന്നും സ്വേദക്രിയയുടെ ഏതാണ്ടു സാമാന്യസമ്പ്രദായം മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയുമല്ലോ.

ഇനി സ്വേദക്രിയ വേണ്ടവിധം ചെയ്താലുള്ള ഗുണങ്ങളേക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കാം.

"അഗ്നേർദ്ദീപ്തിം മാർദ്ദവം ത്വക്പ്രസാദം
ഭക്തശ്രദ്ധാം സ്രോതസാം നിർമ്മലത്വം
കുര്യാൽ സ്വേദോ ഹന്തി നിദ്രാം സതന്ദ്രാം
സന്ധീംസ്തബ്ധാംശ്ചേഷ്ടയേദാശുയുക്തഃ"

എന്നാണു് സ്വേദഗുണങ്ങളേക്കുറിച്ചു സുശ്രുതാചാര്യൻ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതു്. വേണ്ടപ്രകാരം വിയർപ്പിക്കുന്നതായാൽ അഗ്നിക്കു ദീപനശക്തി, നിറത്തിനു തെളിവു്, മാംസപേശികൾക്കു മാർദ്ദവം, ശരീരകാന്തി, ആഹാരത്തിനു ആഗ്രഹം ഇവയും തൽഫലങ്ങളായി ഉണ്ടാകുന്നവയാണു്. സ്രോതോരോധം നീങ്ങി സ്രോതസ്സുകളെല്ലാം നിർമ്മലങ്ങളായിത്തീരും. അതിനിദ്രയേയും തന്ദ്ര (മടി) യേയും നശിപ്പിക്കും. സ്തബ്ധങ്ങളായ സന്ധികൾക്കു പ്രവത്തനസ്വാതന്ത്ര്യവും ലഭിക്കും. ശരീരത്തിനു ആകപ്പാടെ ഒരു ലാഘവം സിദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യും. മാംസപേശികളേ ശരിയായി ചലിപ്പിക്കുവാൻ സാധിക്കാത്തയവസരത്തിൽ അനുഭവപ്പെടുന്ന വേദനയും ശമിക്കും. "നിവാതേന്തർബ്ബഹിസ്സ്നിഗ്ദ്ധോ ജീർണ്ണാന്നഃ സ്വേദമാചരേൽ" എന്നാണു് വിധി. കാററുവീശാത്ത സ്ഥലത്തുവച്ചുവേണം

വിയർപ്പിക്കുന്നതു്. കൂടാതെ രോഗി അന്തർബ്ബഹിസ്സിഗ്ദ്ധനമായിരിക്കണം. അകത്തേക്കു രോഗാനുസരണം തയ്യാറാക്കിയിട്ടുള്ള സ്നേഹദ്രവ്യങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കയും, ശരീരത്തിലെല്ലായിടത്തും പുറമേ എണ്ണയും മററും തേച്ചു് സ്നിഗ്ദ്ധതവരുത്തുകയും ചെയ്യണമെന്നു താല്പര്യം. അല്ലാതെ വിയർപ്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ, അതുകൊണ്ടു പലേ ഉപദ്രവങ്ങളുമുണ്ടാകാം. ശരീരത്തിലെ ഏതെങ്കിലുമൊരവയവം മാത്രമേ വിയർപ്പിക്കേണ്ടതൊള്ളുവെങ്കിൽ രോഗഹിതാനുസാരേണ സ്നിഗ്ദ്ധതവരുത്തിയാലും മതിയാവുന്നതാണു്. ചുരുക്കം ചില രോഗാവസ്ഥകളിൽ സ്നേഹനം പാടില്ലെന്നുവന്നേക്കാം. അവിടെ മന്ദമായ സ്വേദക്രിയയേ ചെയ്യാവൂ. എണ്ണ മുതലായ സ്നേഹദ്രവ്യങ്ങളെക്കൊണ്ടു് വേണ്ടപ്രകാരം സ്നിഗ്ദ്ധത വരുത്തി സ്വേദക്രിയ ചെയ്യുന്നതായാൽ അതിൻെറ ഗുണങ്ങൾ മഹനീയങ്ങളാണു്.

"ശുഷ്കാണ്യപി ഹി കാഷ്ഠാനി
സ്നേഹസ്വേദോപപാദനൈഃ
നമയന്തി യഥാന്യായം
കിംപുനർജ്ജീവതോ നരാൻ"

എന്നാണല്ലോ ചരകവചനം. ഉണങ്ങി ജീർണ്ണിച്ചതായ ചുള്ളിക്കമ്പുകൾ എണ്ണപുരട്ടി തീയ്യൽ കാട്ടിയാൽ അതു് കേടുകൂടാതെ വളച്ചെടുക്കുവാൻ കഴിയും. പിന്നെയാണോ ജീവനോടുകൂടിയിരിക്കുന്ന മനുഷ്യരുടെ സംഗതി. വേണ്ടപ്രകാരം സ്നേഹസ്വേദങ്ങൾ ചെയ്താൽ ശോഷിച്ചു പ്രവൎത്തനാക്ഷമങ്ങളായിരിക്കുന്ന ശരീരാവയവങ്ങൾ, ശരിയായവിധത്തിൽ അതാതിൻെറ പ്രവൃത്തി നിർവഹിക്കുന്നകാൎയ്യത്തിൽ സമൎത്ഥങ്ങളായിത്തീരുമെന്നു് താല്പൎയ്യം.



വിഷവിജ്ഞാനീയം.

ii

(പി. ടി. കെ. നമ്പ്യാർ, അയ്യന്തോൾ.)

ഇതിനുമുൻപ് പ്രസ്താവിച്ച മരുന്നുകൾക്കു പുറമേ ദൃഷ്ട ഫലങ്ങളായ നല്ല നല്ല ഔഷധങ്ങൾ സനിഷ്കർഷം ഉണ്ടാക്കി സ്വരൂപിച്ചാൽ മാത്രമെ വിഷചികിത്സയിൽ വിജയം നേടുവാൻ കഴികയുള്ളൂ. പലപ്പോഴും നല്ല ഫലം കണ്ടിട്ടുള്ള ചില യോഗങ്ങൾ താഴെ ചേർക്കാം.

1. ചുക്ക്, കുരുമുളക്, തിപ്പലി, പെരുംകുരുമ്പവേർ, പാടക്കിഴങ്ങ്, വെളുത്ത അമല്പൊരിവേർ, വെള്ളെരുക്കിൻവേർ, വെള്ളടമ്പിൻവേർ, വെളുത്ത കരളകത്തിൻവേർ, വെളുത്ത കൊഴിഞ്ഞിൽവേർ, വെളുത്ത കൊട്ടവേലിക്കിഴങ്ങ് വെള്ളച്ചെമ്പരത്തിവേർ, വെൺകുന്നിവേർ, വെളുത്തശംഖ് പുഷ്പത്തിൻവേർ, നല്ല വെൺകായം ഇവ സമം ശുദ്ധജലത്തിൽ 1½ മണിക്കൂർനേരം പലദിവസമായി അരച്ച് എലഞ്ഞിക്കുരു വലിപ്പത്തിൽ ഗുളികയുരുട്ടി നിഴലിലുണക്കി സംഗ്രഹിക്കുക. ഇതിൽനിന്നും ഒരു ഗുളികയെടുത്തു് വായിലിട്ടു നല്ലപോലെ ചവച്ചിറക്കുക. ഇതിൻെറ സ്വാദ് കയ്പാണെങ്കിൽ വിഷം സാരമില്ല. ഒരു സ്വാദും തോന്നുന്നില്ലെങ്കിൽ വിഷം മദ്ധ്യമമാണ്. മധുരരസമാണെങ്കിൽ വിഷം കഠിനമാണെന്നും അറിയണം.

2. കാഞ്ഞിരക്കുരു, ചേരിൻകുരു, കടലാവണക്കിൻകുരു ഇവ വിധിപ്രകാരം ശുദ്ധിചെയ്തു് സമം ചേർത്തു് കറുവാഴനീരിൽ ഏഴുദിവസം ഈരണ്ടു നാഴിക വിതം അരച്ച് മുൻ വിവരിച്ചപോലേതന്നെ ഗുളികയാക്കിവയ്ക്കുക. ഇതിൽ

നിന്നും ഒന്നെടുത്തു ചവച്ചിറക്കുക. ഇതിന്റെ സ്വാദു് കയ്പാണെങ്കിൽ വിഷം സാരമില്ല. എരിഞ്ഞാൽ മൂർഖനും, പുളിച്ചാൽ മണ്ഡലിയും, മധുരിച്ചാൽ രാജിലവുമാണു് കടിച്ചതെന്നു മനസ്സിലാക്കാം. ഈ ഔഷധം ഛർദ്ദിച്ചുപോയാൽ വിഷമിറക്കാൻ പ്രയാസമാണു്.

3. ചന്ദനം, കടുത്രയം, കായം, വയമ്പു്, വെള്ളുള്ളി, അമുക്കുരം, കരളകത്തിൻവേർ ഇവ സമം കുപ്പമഞ്ഞളിലച്ചാററിൽ അരച്ചു് പൂത്തരിച്ചുണ്ടങ്ങ വലിപ്പത്തിൽ ഗുളികയാക്കുക. ഇതു് ശുദ്ധജലത്തിലരച്ചു സേവിക്കുകയും, നെറുകയിൽ തേക്കുകയും, മോഹാലസ്യമുണ്ടായാൽ പൂത്തുമ്പനീരിൽ നസ്യവും ചെയ്യുക.

4. കാഞ്ഞിരക്കുരു (ശുദ്ധി ചെയ്തിരിക്കണം), നെന്മേനിവാകക്കുരു, വെൺകുന്നിക്കുരുപ്പരിപ്പു്, കാട്ടുകയ്പക്കക്കുരു, ഞെഴുകിൻകുരു, ചുക്കു്, മലംകാരയ്ക്കാ, ഇരട്ടിമധുരം, കായം, വെള്ളെരുക്കിൻകുരു, പാടക്കിഴങ്ങു്, പുട്ടൽപീരക്കുരു ഇവ സമം വെള്ളെരുക്കിൻപാലിൽ മൂന്നു ദിവസം അരച്ചു് ലന്തക്കുരുപ്രമാണം ഗുളികയുരുട്ടി സൂക്ഷിക്കുക. ഇതിൽനിന്നും ഒരെണ്ണം ഒരുതവി പശുവിൻപാലിൽ കൊടുക്കുക.

5. പിച്ചകത്തിൻവേർ, വാൽമുളകു്, ശംഖുപാഷാണം (ശുദ്ധിചെയ്തതു്), നീലമരിവേരിന്മേൽതൊലി, നന്ത്യാർവട്ടത്തിൻവേരിന്മേൽ തൊലി, കൊടുവേലിക്കിഴങ്ങു് ഇവ സമം വെള്ളത്തിലരച്ചു് ഒരു ചട്ടിയിലാക്കി അടച്ചു് ശീലമൺചെയ്തു് മൂന്നുദിവസം പുടംചെയ്തെടുത്തു് കോഴിമുട്ടത്തോടിൽ മരുന്നു സൂക്ഷിക്കുക. ഇതിൽനിന്നും ഓരോ പണത്തൂക്കംവീതം സേവിക്കുക.

6. വത്സനാഭി, വരട്ടുമഞ്ഞൾ, പാഷാണം, രസം, ഗന്ധകം, പൊൻകാരം, തുത്തു്, തുരിശു്, ഇന്തുപ്പു്, വയമ്പു്, കായം, മനയോല, അമുക്കുരം, ചുക്കു്, കുരുമുളകു്, തിപ്പലി, ത്രിഫലത്തൊണ്ടു്, നീലമരിവേർ, വെളുത്തഎരുക്കിൻവേർ, നീർവാളക്കുരു, ഗരുഡപ്പച്ചരണ്ടും, കരളകത്തിൻവേർ,

ശോപൃഷ്പം ഇവ സമം ചെറുനാരങ്ങനീരിൽ മൂന്നുദിവസം അരച്ച് കുന്നിക്കുരു പ്രമാണം ഗുളികയുരുട്ടി സൂക്ഷിക്കുക. ഇതിലൊന്ന് ശുദ്ധജലത്തിലരച്ചു സേവിക്കുകയും, കടിവായിൽ പുരട്ടുകയും ചെയ്യുക.

7) രസം, ചായില്യം, ശംഖ്പാഷാണം, ഗൌരീപാഷാണം, വത്സനാഭി, വയമ്പ്, തുരിശ്, മനയോല, ഗന്ധകം, കടലാവണക്കിൻകുരു, വരട്ടുമഞ്ഞൾ, പൊൻകാരം, പൊന്നരിതാരം, (വിഷദ്രവ്യങ്ങളെല്ലാം വേണ്ടവിധം ശുദ്ധിചെയ്യേണ്ടതാണ്) ഇവ സമം ചെറുനാരങ്ങനീരിൽ 10 മണിക്കൂർനേരം അരച്ച് കുന്നിക്കുരു വലിപ്പത്തിൽ ഗുളികയുരുട്ടി ഉണക്കിവെക്കുക. ഈ ഗുളിക ശുദ്ധജലത്തിലരച്ച് സേവിക്കുകയും, കടിവായിൽ പുരട്ടുകയും, മുലപ്പാലിലരച്ച് നെറുകയിൽ തേക്കുകയും ചെയ്യുക.

ഇതിൽ 1 മുതൽ 4 വരെ ഔഷധങ്ങൾ സാമാന്യവിഷങ്ങൾക്കും ഒടുവിലത്തെ മൂന്നെണ്ണം ശക്തിയേറിയ വിഷത്തിനുമാണുപയോഗിക്കേണ്ടതു്. മേൽപറഞ്ഞ ഔഷധങ്ങളേതെങ്കിലും ഉപയോഗിച്ചതിനുശേഷം, ഉപദ്രവങ്ങളനുസരിച്ച് താഴെപ്പറയുന്ന ചികിത്സകൾ അവധാനപൂർവ്വകം ചെയ്യുക.

കടിവായിൽ ചുട്ടുപുകച്ചിൽ, വേദന ഇവയുണ്ടെങ്കിൽ:—

1. ഇന്തുപ്പിട്ടുമൂപ്പിച്ച പശുവിൻനെയ്യുകൊണ്ട് ഒന്നര മണിക്കൂർ നേരം ധാരചെയ്യുക.

2. കാക്കത്തൊണ്ടിവേർ, കറിച്ചൂലിവേർ, ശതാവരിക്കിഴങ്ങ്, ഇവ സമം അരച്ച് ഉണക്കലരിക്കാടിയിൽ കലക്കി ധാരയിടുക.

നീരിന്ന്:—

1. തമിഴാമവേർ, മുരിങ്ങവേർ, നെന്മേനിവാകവേർ, അമുക്കുരം ഇവ സമം കാടിയിൽ അരച്ചുപുരട്ടുക.

2. അമ്പഴത്തൊലി, ഉങ്ങിൻതൊലി, മാവിൻതൊലി, പുളിവേരിന്മേൽതൊലി കരളകത്തിൻവേർ, വയമ്പ്, പാടക്കിഴങ്ങ്, പച്ചമഞ്ഞൾ ഇവ സമം ഉണക്കക്കാടിയിൽ അരച്ചുപുരട്ടുക.

3. എരുക്കിൻവേർ, തമിഴാമവേർ, കരളകത്തിൻവേർ, ഞെരിഞ്ഞിൽ, പാടക്കിഴങ്ങ്, വയമ്പ്, ചന്ദനം, മഞ്ഞൾ, അഘോരിവേർ, ഉങ്ങിൻതൊലി ഇവ സമം ഉണക്കക്കാടിയിൽ അരച്ചുതേക്കുക.

4. നീലഉമ്മത്തിൻകായ്, തൊണ്ടിവേർ, വാകത്തൊലി ഇവ സമം കാടിയിൽ അരച്ചുപുരട്ടുക.

5. വരട്ടുമഞ്ഞൾ, തമിഴാമവേർ, മരമഞ്ഞത്തൊലി, നെന്മേനിവാകത്തൊലി, അലരിത്തൊലി, നീലമരിവേർ, കടമ്പിൻതൊലി, വേപ്പിൻതൊലി, എരുക്കിൻവേരിന്മേൽതൊലി, തോരായത്തൊലി, അകത്തിത്തൊലി, ആററുവഞ്ചിത്തൊലി, കരുനൊച്ചിവേർ, ഉങ്ങിൻവേരുന്മേൽ തൊലി, നീർമരുതിൻതൊലി ഇവ സമം കാടിയിൽ അരച്ച് ഗുളികയാക്കിവെക്കുക. കാടിയിൽ ഈ ഗുളിക അരച്ചു പുരട്ടുക.

6. വെളുത്ത ക്രമുള്ളിൻെറവേർ പൊട്ടാതെ പറിച്ചെടുക്കുക. ഇതിൻെറ വേരിന്മേൽ മൂന്നു കിഴങ്ങുകളുണ്ട്. ഇതിൽ ആദ്യത്തെ കിഴങ്ങ് പശുവിൻപാലിലരച്ച് കഴമ്പാക്കി നെറുകയിൽനിന്നു കഴുത്തോളം തേക്കുക. രണ്ടാമത്തെ കിഴങ്ങരച്ച് അരവരേയും, ഒടുവിലത്തേതരച്ച് അടിവരേയും പുരട്ടുക. ഈ പ്രയോഗം നീരു്, ചൂടു്, നീററം മുതലായ ഉപദ്രവങ്ങളേയും വിഷത്തേയും ശമിപ്പിക്കുന്നതിനു് കൈകണ്ടതാണു്.

മലമൂത്രങ്ങൾ പോകാതെ വന്നാൽ:—

1. തിപ്പലി, ഏലത്തരി ഇവ ഒരുകഴഞ്ചുവീതം പൊടിച്ച് ഒരിളന്നീരിൻെറ കണ്ണുതുരന്ന് അതിലിട്ട് കുലുക്കി

പലവട്ടമായി കൊടുക്കുക. ഇളന്നീർ കിട്ടിയില്ലെങ്കിൽ ചൂടു വെള്ളം ഉപയോഗിക്കുക.

2. കരിനൊച്ചിവേർ കാടിയിലരച്ച് നാഭിക്കുതാഴെ പുരട്ടുക. മലമൂത്രങ്ങൾ ഒഴിയുവാൻ ഈ വിദ്യ വളരെ ഫലപ്രദമാണ്.

3. തവളനെയ്യ് പൊക്കിളിനു താഴെ പുരട്ടി തിളപ്പിച്ച വെള്ളത്തിൽ മുണ്ടുപിടിച്ച് വിയപ്പിക്കുക.

4. പാച്ചോററിത്തൊലി, പച്ചമഞ്ഞൾ ഇവ സമം അരച്ച് നൂറും വെണ്ണയും കൂട്ടി ചാലിച്ച് കീഴ്വയററിൽ പുരട്ടുന്നതു് മൂത്രത്തടവു നീക്കുവാൻ വളരെ നല്ലതാണ്.

ഛർദ്ദിയുണ്ടായാൽ:—

1. കീഴാർനെല്ലി സമൂലം ചതിപ്പിഴിഞ്ഞെടുത്ത നീരിൽ ഒരു കട്ടിയുള്ള ശീല മുക്കി കഴുത്തിൽ ചുററിയിടുക.

2. കൊത്തമ്പാലയരി, രുവളവേർ ചെറുതാക്കി അരിഞ്ഞതു്, ജീരകം ഇവ ഒരു കഴഞ്ചുവീതം ചതച്ചുവറുത്ത് ചുവന്നാൽ അതിൽ ഒരു നാളികേരത്തിൻെറ വെള്ളം ഒഴിച്ച് ഉടനെ അടുപ്പത്തുനിന്നുവാങ്ങി അരിച്ച് അല്പം പഞ്ചസാരചേൎത്ത് പലവട്ടമായി കൊടുക്കുക.

3. സഹസ്രവേധി പൊടിച്ച് ചെറുചൂടുള്ള വെള്ളത്തിൽ കലക്കി സേവിക്കുക.

ചോര ഛർദ്ദിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ:—

1. വേപ്പിൻക്രമ്പ് അരച്ചതു് മൂന്നുകഴഞ്ച് ഒരുതവി പശുവിൻപാലിൽ കലക്കി കുടിക്കുക.

2. കുമുള്ളിൻവേർ പുറമൊരികളഞ്ഞു് പാലിൽ അരച്ചുകഴിക്കുക.

3. പന്നിത്തേററ പാലിൽ അരച്ചുചേൎത്ത് കവിൾക്കൊണ്ടാൽ ചോര തുപ്പുന്നതും മാറും. ചോര ഛർദ്ദിക്കിൽ അതു സേവിക്കുക.

4. സഹസ്രവേധി പൊടിച്ച് വെണ്ണയിൽചാലിച്ച് സേവിക്കുക.

5. ആടലോടകവേരിന്മേൽതൊലി, ചന്ദനം, ഇരട്ടിമധുരം, സഹസ്രവേധി, കോലരക്ക് ഇവസമം പൊടിച്ച് ഒന്നരക്കഴഞ്ച് സമം വെണ്ണകൂട്ടി ചാലിച്ച് സേവിക്കുക. രക്തവമനത്തെ ക്ഷണം നിവൃത്തിക്കുന്നതാണ്.

6. നെയ്യുണ്ണി അരച്ച് സമം വെണ്ണകൂട്ടി ചാലിച്ച് നെറുകയിലിടുക.

രക്താതിസാരത്തിന്:—

1. പൂളപ്പശയോ ഞെഴകിൻകുരുമ്പോ ഒന്നരക്കഴഞ്ച് ഒരുതവി ആട്ടിൻപാലിൽ അരച്ചുചേർത്ത് കുടിക്കുക.

2. കുടകപ്പാലവേരിന്മേൽതൊലി ഒന്നരക്കഴഞ്ച് ശുദ്ധജലത്തിൽ അരച്ചുകലക്കി കുടിക്കുക.

3. കടമ്പിൻ ഇല അരച്ച് ശുദ്ധജലത്തിൽ സേവിക്കുക.

മൂക്കിൽനിന്നും ചോര വരുന്നതിന്:—

1. കാട്ടുപടവലത്തില കുത്തിപ്പിഴിഞ്ഞെടുത്ത നീരും വെണ്ണയും കൂട്ടി നിരവത്ത് നെറുകയിലിടുക.

ചെവിയിൽനിന്നും ചോര വരുന്നതിന്:—

1. കൂവളത്തിലനീരും വെണ്ണയും ചേർത്ത് നിരവത്ത് നെറുകയിലിടുക.

കണ്ണിൽനിന്നും ചോരവന്നാൽ:—

1. നിലംപരണ്ട ചതച്ച നീരെടുത്ത് അരിച്ച് സമം ഇളന്നീർവെള്ളവും കുറച്ചു തേററാമ്പരൽ അരച്ചതും ചേർത്ത് യോജിപ്പിച്ചു കണ്ണിൽ ധാരകോരുക.

2. അടപതിയൻകിഴങ്ങിൻനീരിൽ നെയ്യുചേർത്ത് നിരവത്തു ശിരസ്സിലിടുക.

രോമകൂപങ്ങളിൽക്കൂടി ചോരവന്നുകണ്ടാൽ:—

1. മുരിങ്ങവേരിന്മേൽതൊലി നറുക്കി ഓട്ടുപാത്രത്തിലിട്ടുവറുത്തുപൊടിച്ച് കരട്ടുകളഞ്ഞ് പശുവിൻനെയ്യിൽ ചാലിച്ച് ദേഹം മുഴുവനും തേച്ചുതിരുമ്മുക. ഈ പൊടിതന്നെ ഒരു കഴഞ്ച് ഉങ്ങില ഇടിച്ചുപിഴിഞ്ഞ നീരിൽ നല്ലപോലെ അരച്ച് ശുദ്ധജലത്തിൽ കലക്കി സേവിപ്പിക്കുക.

2. അടയ്ക്കാമണിയൻ സമൂലം ഗോമൂത്രത്തിലരച്ച് സർവ്വാംഗം തേക്കുക.

3. പാതിരിയുടെ വടക്കോട്ടുപോയ വേർ പറിച്ച് പുറമൊരികളഞ്ഞ് പാലിലരച്ച് മേലാകെ പുരട്ടുകയും, അതു തന്നെ പാലിൽ സേവിക്കുകയും ചെയ്യുക. ഇതു് രക്തമണ്ഡലിവിഷത്തിനു വളരെ നല്ലതാണ്.

തലവേദനയുണ്ടായാൽ:—

1. നെല്ലിത്തൊലി പാലിൽ പുഴുങ്ങി, മുത്തങ്ങായും ചന്ദനവും ചേർത്തരച്ച് നെററിയിന്മേലും ശിരസ്സിലും ഇടുകയോ, നെല്ലിക്കാത്തൊണ്ടുമാത്രം പാലിൽ പുഴുങ്ങി അരച്ച് നെററിയിലും നെറുകയിലും ഇടുകയോ ചെയ്യുക.

പനിയുണ്ടായാൽ:—

1. ഒന്നരക്കഴഞ്ച് കോൽപുളിവേരിന്മേൽതൊലി അരച്ച് ഒരു തവി പാലിൽ കലക്കി കുടിക്കുക.

വിറയലും പനിയുമുണ്ടായാൽ:—

1. ചുക്ക്, കുരുമുളക്, തിപ്പലി ഇവ സമം പൊടിച്ചതു് ഒന്നരക്കഴഞ്ച് നെയ്യിൽ ചാലിച്ചു കഴിക്കുകയും; ത്രികടു, വയമ്പ്, വെളുത്തുള്ളി, പൂത്തുമ്പയില ഇവ സമം ചൂടുവെള്ളത്തിലരച്ച് നെറുകയിലും സർവ്വാംഗങ്ങളിലും പുരട്ടുകയും ചെയ്യുക.

ഉഷ്ണസഞ്ചാരമുണ്ടായാൽ:—

1. രാമച്ചം, ചന്ദനം, വിഷ്ണുക്രാന്തി ഇവ സമം തണുത്തവെള്ളത്തിൽ അരച്ചുചേർത്ത് കുടിപ്പിക്കുകയോ, കുരുമുളകു പൊടി കററുവാഴനീരിൽ കലക്കി കൊട്ടുകകയോ ചെയ്യുക.

വയറു സ്തംഭിച്ചുവീത്താൽ:—

ഇന്തുപ്പ്, ചുക്ക്, കുരുമുളക്, തിപ്പലി ഇവ സമം പൊടിച്ചതു് ഒന്നരക്കഴഞ്ച് ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കലക്കി കുടിക്കുകയോ, കടുക്ക, ചുക്ക്, ഇന്തുപ്പ് ഇവ സമം പൊടിച്ച് ചൂടുവെള്ളത്തിൽതന്നെ സേവിക്കുകയോ ചെയ്യുക.

സന്ധികളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന തളർച്ചയ്ക്കു്:—

1. തമിഴാമവേർ അരച്ച് ഇളം ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കലക്കി കുടിക്കുക. ഈ മരുന്നുതന്നെ പാലിൽ കലക്കികൊടുത്താൽ സന്ധികളിലെ വേദന ശമിക്കുന്നതാണ്.

2. തമിഴാമവേർ, കടുക്കാത്തൊണ്ട്, ചുക്ക് ഇവസമം അരിക്കാടിയിൽ അരച്ചുകലക്കി സേവിക്കുക.

3. കാഞ്ഞിരത്തിൻെറ വടക്കോട്ടുപോയ വേരിന്മേൽ തൊലി അരച്ച് സമം വെണ്ണചേൎത്തു ചാലിച്ച് സൎവ്വാംഗം കുഴമ്പിടുക. തളർച്ച, വീക്കം, പുകച്ചൽ ഇവ ശമിക്കുന്നതാണ്.

വെള്ളംദാഹത്തിനു്:—

1. കദളിക്കിഴങ്ങിൻചാറും പാലും സമം ചേൎത്ത് പലവട്ടമായി സേവിക്കുക.

8. ഖണ്ഡാമൃഗത്തിൻകൊമ്പ് ചൂടുവെള്ളത്തിൽ അരച്ചുചേൎത്ത് കുടിക്കുക.

മോഹാലസ്യം:—

മോഹാലസ്യമുണ്ടെങ്കിൽ തൽക്ഷണം അതിന്നുവേണ്ട പ്രതിക്രിയയാണ് ഒന്നാമതായി ചെയ്യേണ്ടതു്. വിഷത്തിൻെറ ശക്തിയും മറവും നോക്കി താഴെപ്പറയുന്ന നസ്യാഞ്ജനാദികൾ സൂക്ഷ്മതയോടെ ചെയ്ത് മോഹാലസ്യത്തെ തടയേണ്ടതാണ്.

1. ചുക്ക്, പഴയകുരുമുളക്, തിപ്പലി, കായം ഇവ സമം പൂത്തുമ്പ, കരിനൊച്ചി, കൃഷ്ണതുളസി ഇവമൂന്നിൻേറയും

ഇലകൾ ഇടിച്ചുപിഴിഞ്ഞ നീരിലോ, അല്ലെങ്കിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്നിന്റെ നീരിലോ അരച്ച് നസ്യം ചെയ്യുകയും കണ്ണിലെഴുതുകയും ചെയ്യുക.

2. ചവക്കാരം, തുവച്ചിലക്കാരം, പടിക്കാരം, പൊൻകാരം ഇവ സമം മുലപ്പാലിലരച്ച് നസ്യം ചെയ്യുകയും, നെറുകയിൽ തേക്കുകയും ചെയ്യുക.

3. പഴുത്ത എരുക്കിലയും കായവുംകൂട്ടി പൂത്തുമ്പനീരിൽ അരച്ചുചേത്ത് നസ്യം ചെയ്യുക.

4. എലഞ്ഞിക്കുരുപ്പരിപ്പ്, വെൺകുന്നിക്കുരുപ്പരിപ്പ്, പഴയകുരുമുളക് ഇവസമം മുലപ്പാലിലരച്ച് കണ്ണിലെഴുതുക.

5. രസം, ഗന്ധകം, ചായില്യം, മനയോല, രക്തപാഷാണം, വെള്ളപ്പാഷാണം, മയിൽത്തുത്ത്, പാൽത്തുത്ത്, കാഞ്ഞിരക്കുരുപ്പരിപ്പ്, ശംഖ്പടികാരം, പൊന്നരിതാരം ഇവ ശുദ്ധിചെയ്ത് സമം വെള്ളെരുക്കിൻപാലിൽ അരച്ച് കുന്നിക്കുരുപ്രമാണം ഗുളികയുരുട്ടി നിഴലിലുണക്കിവയ്ക്കുക. ഇതിൽനിന്നും ഒരു ഗുളികയെടുത്ത് മുലപ്പാലിൽ അരച്ച നെറുകയിൽ ഒരു നെല്ലിട കീറി തേക്കുകയും, നസ്യം ചെയ്യുകയും ചെയ്ക.

6. വെററിലനീര് നീലയുമ്മത്തിലച്ചാറ് ഇവ രണ്ടു തവി വീതം ഒരു ഓട്ടുതളികയിൽ ഒഴിച്ച് ൨൨ പണത്തൂക്കം രസം അതിലിട്ട് കൈകൊണ്ടുചാലിച്ച് ശുദ്ധിവരുത്തിയെടുക്കുക, ഗോമൂത്രത്തിൽ പുഴുങ്ങിയെടുത്ത പഴയ കുരുമുളക് നൂററിയൊന്നെണ്ണം, തുത്ത്, തുരിശ്, പൊന്നരിതാരം, പടിക്കാരം, പൊൻകാരം, (ഇവ ശുദ്ധിചെയ്യണം) ഇലഞ്ഞിക്കുരുപ്പരിപ്പ്, വെൺകുന്നിക്കുരുപ്പരിപ്പ്, ചുക്ക് ഇവ ഒരു കഴഞ്ചു വീതം, ഇന്തുപ്പ് അര കഴഞ്ച് ഇവയെല്ലാംകൂടി ചെറുനാരങ്ങാനീരിൽ ൧൦ നാഴികനേരം അരച്ച് കുന്നിക്കുരു വലിപ്പത്തിൽ ഗുളികയുരുട്ടി സൂക്ഷിക്കുക. വെററിലനീരിൽ ഒരു

ഗുളികയുടെ പകുതിയരച്ച് ഒരുകണ്ണിലും ബാക്കി പകുതിയരച്ച് മറുകണ്ണിലും എഴുതുക.

7. ഒരു പച്ചിലപ്പാമ്പിനെ പിടിച്ച് അതിൻെറ നാവ്, മുഖം, മുതുകു ഇവ ശരിക്കു രണ്ടുഭാഗമായി വരുമാറ് കീറി വെയിലത്തുണക്കുക. വലത്തെ പൊളിയും ഇടത്തേ പൊളിയും വെവ്വേറെ പൊടിച്ച് ഓരോന്നിനും സമം കീരിക്കിഴങ്ങും കൂട്ടി അല്പം പച്ചക്കർപ്പൂരവും ചേർത്ത് ശുദ്ധജലത്തിൽ വെവ്വേറെ അരച്ച് ഗുളികയുരുട്ടി ഉണക്കി സൂക്ഷിക്കുക. വലത്തേഭാഗംകൊണ്ടുണ്ടാക്കിയ ഗുളിക പൂത്തുമ്പനീരിൽ അരച്ച് നിശ്ചേഷ്ടനായിക്കിടക്കുന്ന വിഷാത്തൻെറ വലത്തേ മൂക്കിലും മറേറതു ഇടത്തേ മൂക്കിലും നസ്യം ചെയ്യുക. ബോധംവന്നുകണ്ടാൽ കീരിക്കിഴങ്ങ് പാലിലരച്ച് കടിവായിൽ പുരട്ടുകയും ചെയ്യുക.

മേൽ വിവരിച്ച ഔഷധങ്ങൾ വിഷത്തിൻെറ താരതമ്യംനോക്കി ഉപയോഗിച്ചാൽ മോഹാലസ്യംവിട്ട് സ്വാസ്ഥ്യം ലഭിക്കുന്നതാണ്.

സർപ്പദംശമേററവനെ ഒരു വിഷവൈദ്യൻെറ സമീപത്തേക്കു കൊണ്ടുവരുമ്പോൾ പലപ്പോഴും ദഷ്ടകൻ നഷ്ടപ്രജ്ഞനായും ചിലപ്പോൾ പ്രാണൻ പോയ സ്ഥിതിയിലും ആയിരിക്കാറുണ്ട്. ഇത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ ജീവനുണ്ടോ ഇല്ലയോ എന്ന കാര്യംതന്നെ തീർച്ചയാക്കുവാൻ ചിലപ്പോൾ വിഷമം നേരിട്ടേക്കാം. സർപ്പദംശംകൊണ്ട് പെട്ടെന്നു മരണം സംഭവിക്കാറില്ല. മരണം സംഭവിക്കുന്നതു് അധികവും ശരിയായ ചികിത്സയുടെ അഭാവത്താലാണ്. അതുകൊണ്ട് മരണലക്ഷണങ്ങളേയും മററും നോക്കി നല്ലപോലെ ബോദ്ധ്യംവന്നറിഞ്ഞശേഷമേ വിഷഹാരി വിഷാത്തരക്ഷണത്തിൽ നിന്നും വിരമിച്ചുകൂടൂ.

ഏററവും തീക്ഷ്ണങ്ങളായ നസ്യാഞ്ജനാദികൾകൊണ്ടും ബോധം ലഭിക്കാതിരിക്കുക, വടികൊണ്ട് ശരീരത്തിൽ

അടിച്ചാൽ വട്ടവുണ്ടാകാതെയിരിക്കുക, നിറുകയിലെ രോമങ്ങൾ പറിച്ചാൽ കടയോടുകൂടി പറിഞ്ഞുപോരുക, ദഷ്ടകനെ വെള്ളത്തിലിട്ടാൽ പൊന്തിക്കിടക്കുകയും നീർപ്പോളകളൊന്നും കാണാതിരിക്കയുംചെയ്ക, നവദ്വാരങ്ങളെല്ലാം വികസിച്ചിരിക്കുക, ലിംഗം ഉഴിഞ്ഞാൽ ശുക്ലസ്രവണമുണ്ടാവുക എന്നീ ലക്ഷണങ്ങൾനോക്കി തീർച്ചപ്പെട്ടാൽ മരിച്ചുവെന്നു് തീർച്ചയാക്കാം. ചിലപ്പോൾ മേൽപറഞ്ഞ ലക്ഷണങ്ങൾ വ്യക്തമാകാതെ ജീവനുണ്ടോ ഇല്ലയോ എന്ന കാര്യം സംശയസ്ഥാനമാണെങ്കിൽ താഴെപ്പറയുന്ന ഔഷധങ്ങളുപയോഗിച്ചും സംശയം തീർക്കേണ്ടതാണു്.

1. പച്ചമഞ്ഞൾ പിഴിഞ്ഞ നീരും എണ്ണയും അരതവിവീതം ചേർത്തു് ദഷ്ടകന്റെ വായിൽ ഒഴിക്കുക. മരുന്നു് വയററിൽ തങ്ങിയെങ്കിൽ ജീവനുണ്ടു്. ഗുദദ്വാരത്തിൽ കണ്ടാൽ മരിച്ചു എന്നറിയണം.

2. പനഞ്ചകത്തിന്റെയില ചതച്ചുപിഴിഞ്ഞ നീരു് പൊക്കിളിൽ വീഴ്ത്തി തള്ളവിരൽകൊണ്ടമർത്തുക. മരുന്നു് മൂത്രദ്വാരത്തിൽ കണ്ടാൽ ദഷ്ടകൻ മരിച്ചു എന്നു് തീർച്ചയാക്കാം.

3. മുയൽച്ചെവി (മോച്ചമി) യില പിഴിഞ്ഞനീരു് വിഷാത്തന്റെ വലത്തുകണ്ണിലൊഴിച്ചാൽ മറേറ കണ്ണിൽ ആ മരുന്നു് വന്നുകണ്ടാലും മരിച്ചെന്നുറപ്പിക്കാം.

4. തലയിലെ രോമം കളഞ്ഞു് ഒരു നെല്ലിട ആഴത്തിലും നീളത്തിലും നിറുക കീറി എരുമച്ചാണകംകൊണ്ടു് തലക്കുചുററും പൊത്തി തടമുണ്ടാക്കി അതിൽ നാഗദന്തിയില ഇടിച്ചുപിഴിഞ്ഞെടുത്ത ചാറു് വീഴ്ത്തി, കയ്യോട്ടോ, മഴുവോ കൊഴുവോ തീയിൽവച്ചു നല്ലപോലെ പഴുപ്പിച്ചു് കൊടിൽകൊണ്ടെടുത്തു് നിറുകയിൽ വെക്കുക. വീണ്ടും നാഗദന്തിച്ചാറുതന്നെ ഒഴിച്ചു് മേൽപ്രകാരം പഴുപ്പിച്ചുവെക്കുക. ഇപ്രകാരം 3 വട്ടം ചെയ്തിട്ടും ബോധമുണ്ടായില്ലെങ്കിൽ മരിച്ചുകഴിഞ്ഞെന്നുറപ്പിക്കാം. (തുടരും)

മനുഷ്യൻ.

പി. പി. എൻ. പട്ടാമ്പി.

വാസ്തവത്തിൽ മനുഷ്യൻ വിശേഷബുദ്ധിയുള്ള മൃഗമാണ്. പ്രകൃതിയിൽ മനുഷ്യനും, മൃഗവും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം മനുഷ്യന്നു പ്രത്യേകമായ ഈ ബുദ്ധിയുണ്ടെന്നു മാത്രമാണ്. ഈ വിശേഷബുദ്ധിയെ ശരിയായി ഉപയോഗിക്കാഞ്ഞാൽ മനുഷ്യൻ പൂണ്ണമായും ഒരു മൃഗമാവും; അല്ലെങ്കിൽ മൃഗത്തേക്കാൾ അധഃപതിച്ച ഒരു ജീവിയാകും. അതുകൊണ്ടു് മനുഷ്യരെല്ലാം തന്നെ തന്റെ വിശേഷബുദ്ധിയെ ശരിയാംവണ്ണം വിനിയോഗിക്കേണ്ടതാണ്. അതുമല്ല; പ്രകൃതി ജീവജാലങ്ങളെ സൃഷ്ടിച്ചതിൽ ചില പ്രത്യേക ഉദ്ദേശങ്ങൾ കരുതിയിട്ടുണ്ടു്. ആ ഉദ്ദേശങ്ങളെ സഫലമാക്കേണ്ടതു് അവയുടെ കടമയുമാണ്.

മനുഷ്യന്റെ പ്രധാനശ്രദ്ധ പതിയേണ്ടതു് അവന്റെ ശരീരത്തെ നോക്കി രക്ഷിച്ചു നിലനിത്തുന്നതിലാണ്. സ്വസ്ഥനായ—അരോഗവാനായ ഒരുവൻ തന്റെ ദേഹത്തെ നിലനിത്തുന്നതിന്നു് ആചരിക്കേണ്ട കമ്മങ്ങളെയെല്ലാം ആചാര്യന്മാർ നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുണ്ടു്. നിത്യമായി ചെയ്യേണ്ടുന്ന കമ്മങ്ങളും, അവയ്ക്കു ഋതുഭേദമനുസരിച്ചു വരുത്തേണ്ടുന്ന മാററങ്ങളും ഓരോരുത്തരും പ്രത്യേകം പഠിക്കേണ്ടതാണ്. അതിന്നനുസരിച്ച് ജീവിക്കുന്നതായാൽ മനുഷ്യന്നു തന്റെ ജീവകാലം മുഴുവൻ— അതു് വളരെ ദീർഘിച്ച ഒന്നായിരിക്കും— സുഖമായി യാതൊരു രോഗവുംകൂടാതെ ജീവിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നതാണ്.

ആചാര്യന്മാർ നിർദ്ദേശിച്ച വിധികളിൽ പലതും എല്ലാവക്കും അനുസരിക്കുവാൻ സാധിച്ചു എന്നു് വരുന്നതല്ല. എങ്കിലും അവയിൽ പ്രധാനമായവയെല്ലാംതന്നെ അവനു

ചെയ്യാവുന്നതാണ്. ബ്രാഹ്മമുഹൂർത്തത്തിൽ എഴുന്നേല്ക്കുക; ശോധനാദിവിധികൾ യഥാവിധി അനുസരിക്കുക; മാത്രക്കനുസരിച്ചും, ദേഹസ്ഥിതിക്കനുസരിച്ചും ഭക്ഷണം കഴിക്കുക; ശരിയാംവിധം വ്യായാമവും, ശക്തിക്കനുസരിച്ച പ്രവൃത്തികളും ചെയ്യുക; വേണ്ടത്ര വിശ്രമവും, നിദ്രയും എടുക്കുക മുതലായവയെല്ലാം ഏതൊരുവനും ചെയ്യാവുന്ന പ്രവൃത്തികളാണ്. ഇവയെല്ലാമാണ് ആരോഗ്യത്തിന്റെ നിലനില്പിന്നു ചെയ്യേണ്ട പ്രധാന ഉപാധികൾ.

പ്രധാനമായി രണ്ടു സംഗതികളാണ് മനുഷ്യൻ ഓൎമ്മിക്കേണ്ടവ. കൃത്യസമയങ്ങളിൽ പ്രത്യേക പ്രവൃത്തി ചെയ്യുകയാണ് പ്രധാനമായ സംഗതി. ഒരുദിവസം 10 മണിക്ക് ഭക്ഷണംകഴിച്ചാൽ പിറേറദിവസം അതേസമയത്തുതന്നെ ഊൺകഴിക്കേണ്ടതു് അത്യാവശ്യമാണ്. ആ വിധിയെ തെററിച്ചാൽ ജഠരാഗ്നി ഇര കിട്ടാതെ ധാതുക്കളെ തന്നെ നശിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും. ഈസ്ഥിതിക്കു കാരണം, മനുഷ്യന്റെ പ്രവൃത്തികളെ അനുസരിച്ച് പ്രവൃത്തിക്കുവാൻ തക്കവണ്ണം മനുഷ്യശരീരത്തെയും, അവയവങ്ങളേയും സൃഷ്ടിച്ചിരിക്കുന്നു എന്നതാണ്. വിധിയനുസരിച്ചല്ലാതെ പ്രവൃത്തിക്കുന്നതായാലും ശരിയായ സമയങ്ങളിൽ പ്രവൃത്തിച്ചാൽ അതു മനുഷ്യന്നു ദോഷം ചെയ്യുകയില്ല; മിക്കവാറും ഗുണം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നതാണ്.

ശരീരഘടനയ്ക്കു വിരോധമായും, അമിതമായും, അല്പമായും പ്രവൃത്തിക്കാതിരിക്കുകയാണ് അടുത്ത സംഗതി. വാതപ്രകൃതിയായ ഒരു പുരുഷൻ—അല്പഃകശഃകൃശോത്രുക്ഷോ വാചാലശ്ചലമാനസഃ, ആകാശചാരീ സ്വപ്നേഷു വാതപ്രകൃതികോ നരഃ—വാതളങ്ങളായ ഭക്ഷണങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നുവെങ്കിൽ അവൻ രോഗിയായിത്തീരുന്നതാണ്. അതിനാൽ ഭക്ഷണങ്ങളും മററും തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിൽ മനുഷ്യൻ പ്രത്യേകിച്ചും ശ്രദ്ധവെക്കേണ്ടതാണ്. ഇതുപോലെതന്നെയാണ് അമിതമായ പ്രവൃത്തികളും. "തമഃകഫാഭ്യാം നിദ്രാസ്യാൽ"

എന്ന പ്രമാണമനുസരിച്ചു നിദ്ര കഫസംബന്ധയായ ഒരു പ്രവൃത്തിയാണു്. ഒരു മനുഷ്യൻ അധികമായി ഉറങ്ങുന്നപക്ഷം അവൻ തമോഗുണപ്രധാനനും, കഫം വർദ്ധിച്ചു് രോഗിയും ആയിത്തീരുന്നതാണു്. അതുപോലെതന്നെയാണു് കുറഞ്ഞാലും. വേണ്ടതു ഉറങ്ങാത്തപക്ഷം ഒരു മനുഷ്യന്റെ ശരീരത്തിൽ കഫവികാരം കുറയുകയും അവൻ രോഗിയാവുകയും ചെയ്യുന്നതാണു്.

പ്രകൃതിനിയമങ്ങളായ വികാരങ്ങളേയും, വേഗങ്ങളേയും തടഞ്ഞാലും ഫലം ഇതുതന്നെയാണു്.

"വേഗാന്നധാരയേൽ വാതവിണ്മൂത്രക്ഷവതൃൾക്ഷുധാം
നിദ്രാകാസശ്രമശ്വാസജൃംഭാശ്രുഛർദ്ദിരേതസാം"

എന്നിങ്ങനെ തുടങ്ങി ഒരദ്ധ്യായം മുഴുവനും ആചാൎയ്യൻ ഇതിനുവേണ്ടി ചെലവഴിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ഓരോ വേഗധാരണവും അതിഭയങ്കരങ്ങളായ പല രോഗങ്ങളേയും ഉണ്ടാക്കുന്നവയാണെന്നു അതിൽനിന്നും നമുക്കു മനസ്സിലാക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നതാണു്.

ഇതുവരെ പറഞ്ഞതെല്ലാം മനുഷ്യന്റെ ശരീരത്തെ രോഗബാധയിൽനിന്നും രക്ഷിക്കുവാനുള്ള ചില പ്രധാന സംഗതികളാണു്. സംഗതിവശാൽ മേൽപറഞ്ഞ വിധികൾ മറന്നുപ്രവൃത്തിച്ചു് രോഗബാധിതനായി എങ്കിൽ, അയാൾ ഓൎമ്മവെക്കേണ്ട ഒരു സംഗതികൂടി പ്രസ്താവ്യമാണു്. താൻ രോഗബാധിതനായി എന്നറിഞ്ഞാൽ ഉടൻതന്നെ ചികിത്സിക്കേണ്ടതു് ഓരോ മനുഷ്യന്റേയും കടമയാണു്. എല്ലാ രോഗങ്ങളും ആരംഭത്തിൽ മാററുവാൻ എളുപ്പമായിരിക്കും. പഴകിയാൽ അവ മാറിയില്ലെന്നും വരാം. അഥവാ രോഗം മാറാത്തതാണെന്നുവരികിൽക്കൂടി ചികിത്സിക്കേണ്ടതു് അത്യാവശ്യമാണു്. ആ ചികിത്സ രോഗിയുടെ പീഡയെ അല്പമെങ്കിലും കുറയ്ക്കാതിരിക്കുകയില്ല.

"ന ചികിത്സാഽചികിത്സാ ച തുല്യാ ഭവിതുമൎഹതി"

എന്ന പ്രമാണം എല്ലാവരും ഓൎമ്മവെക്കണം.

മനുഷ്യശരീരരക്ഷയേക്കുറിച്ചുമാത്രമാണു് ഇതുവരേയും പ്രസ്താവിച്ചതു്. പക്ഷെ മനുഷ്യൻ മനുഷ്യനെന്ന പേരിന്നർഹനാവേണമെങ്കിൽ അവൻ ചില സംഗതികൾകൂടി മനസ്സിലാക്കി പ്രവൃത്തിക്കേണ്ടതുണ്ടു്. അവന്നു് അവൻെറ സഹോദരജീവികളോടു ചെയ്യത്തീക്കേണ്ട ചില കടമകളും ഉണ്ടു്. അവയേസംബന്ധിച്ചുള്ള ആചാര്യ്യശാസനങ്ങളിൽ ചിലവ താഴെ ഉദ്ധരിക്കാം.

"സുഖാൎത്ഥാസ്സൎവ്വഭൂതാനാം മതാസ്സൎവ്വാ: പ്രവൃത്തയഃ
സുഖഞ്ചനവിനാധൎമ്മാത്തസ്മാൽ ധൎമ്മപരോഭവേൽ."
"പാപം കൎമ്മേതിദശധാകായവാങ്മാനസൈസ-
സ്ത്യജേൽ."
"ആത്മവൽസതതംപശ്യേദപി കീടപിപീലികം."
"ഉപകാരപ്രധാനഃസ്യാദപകാരപരേപ്യരൌ."
സംപദിപത്സ്വേകമനാഃ"
"ജനസ്യാശയമാലക്ഷ്യയോയഥാ പരിതുഷ്യതി,
തം തഥൈവാനുവൎത്തേത."

ഇവയാണു് പ്രധാനമായ ചില വിധികൾ. ഇവയെ യഥാവിധി ആചരിച്ചാൽ മാത്രമേ ഒരുവൻ മനുഷ്യനാവുകയുള്ളൂ.

മനുഷ്യൻെറ അഭിവൃദ്ധിക്ക അടിസ്ഥാനമായ പ്രധാന വിധികളിൽ ചിലവയാണു് മുകളിൽ പറഞ്ഞവ. അവയെ അനുസരിച്ചു ജീവിച്ചാലേ അവൻ മനുഷ്യശബ്ദത്തിന്നർഹനാവുകയുള്ളൂ; പ്രകൃതിയുടെ ഉദ്ദേശം സഫലമാവുകയുള്ളൂ.

വിഷയവിവരം.

നാലിലോരോന്നു യാപ്യങ്ങൾ പിന്നെയുള്ളതസാദ്ധ്യമാം
വായുക്ഷോഭമട്ടകമ്പോൾ പനിയും മേനിനോകയും
ഉദരംവീക്കയും പിന്നെ വിലങ്ങുംമാവിലേററവും
ബോധംകെട്ടകയുണ്ടാകും പിന്നെയും പലതൊണ്ടിഫ
ചുരുക്കീട്ട പറഞ്ഞീടാമിതിന്നുള്ള ചികിത്സയെ
കഷായംവച്ചു സേവിപ്പാൻ കാലമില്ലെന്നുവന്നിടിൽ
ഗുളികാ മുമ്പിൽവേണ്ടുന്ന യോഗമൊട്ടപറഞ്ഞിടാം.
ഏലം വ്യോഷഞ്ച മുത്തങ്ങാ പച്ചയുമിലവർങ്ഗവും
അക്കിക്കറുവയും പിന്നെ രാമച്ചമിരുവേലിയും
തേവതാരം കറാശാണി വിളംഗമയമോദകം
വയമ്പും ജീരകം രണ്ടുമാശാളികിരിയാത്തയും
ജാതിക്കാ നല്ലകർപ്പൂരം കര്യാമ്പൂ പത്തുപാശിയും
കാവീ സഹസ്രവേധീ ച ചീനത്തെമുളകും തഥാ
ഒപ്പം കൂട്ടിയരക്കേണം ജീരകംവെന്തനീരതിൽ.
പിന്നെ പ്പുഴക കൂട്ടീട്ട പിററന്നാളുമരയ്ക്കണം
കുന്നിക്കുരുപ്രമാണത്തിലുരുട്ടീട്ടങ്ങുണക്കണം.
നേത്രവസ്ത്രത്തിനാൽ മൂടി വേണം നന്നായുണക്കുവാൻ
കഷായം ചുക്ക പ്പാഞ്ഞെട്ട ചീരകം ചുണ്ടവേരുമായ്
വച്ചുകൊണ്ടുള്ള വെള്ളത്തിൽ സേവിച്ചാൽ വായുനേവ്വരും.
ബലാജീരകവിലപാബ്ദവൃഷവിശ്വസുരദ്രുമൈഃ
ഗുഹേക്ഷുലാജസഹിതൈന്നിഷ്ക്വാഥഃ ശ്വാസകാസഹാ
ചെറുചീരയതിൻവേരും കറുന്തോട്ട്യാടലോടകം
ആവണക്കിവ തന്മൂലം മുത്തങ്ങാ ചുക്ക പപ്പടം
ചെറുപൂളയുടേവേരും രാമച്ചമിരുവേലിയും
ചന്ദനം നൽചുരത്തണ്ടും മലരെന്നിവയൊപ്പമായ്
പാലുംകൂട്ടീട്ട വെച്ചുള്ള കഷായം വെച്ചതാറിയാൽ
ഏലത്തിന്നരിയും നല്ലജീരകം കിരിയാത്തയും
ആശാളിയുലുവാ പിന്നെ പ്പാറകിയിവയൊപ്പമായ്
അരച്ചിട്ട കലക്കീട്ട് പുഴകുംകൂട്ടി യോജയേൽ
പിന്നെ സ്സേവിച്ചുകൊണ്ടീട്ട നല്ലൊരൌഷധമാമിതു

വായുക്ഷോഭവുമെക്കിട്ടം ശമിച്ചീട്ടം വിലക്ഷവും.
പുഴകു തിരിതെവത്താനെയ്യിൽ മുക്കിക്കൊളുത്തി
പുക പിബതു സദാ ചേന്നാസികായാം ചെലുത്തു.
പലവഴിയിലെട്ടത്തങ്ങുററമായി വലിക്കും
പവനവ്യഥകൾ തീരും സാരമത്യന്തമേതൽ
ഭദ്രാവ്വാദിയും പിന്നെ വിദാര്യാദിയുമുത്തമം.
ഇളന്നീർ മടലോടങ്ങു പുഴങ്ങുമ്പോൾ ചുവക്കവേ
എടുത്തുടച്ചുരിയനീർ യവാനീചൂൎണ്ണസംയുതം
സേവിക്കിലുടനേതന്നെ വായുകോപം ശമിച്ചുപോം.
ചുരത്തണ്ടും മാന്തളിരും രാമച്ചമിരുവേലിയും
താലപത്രം ച ശുണ്ഠീഞ്ച കഴഞ്ചീരണ്ടു കൊള്ളുക
പാലും നീരും കൂട്ടിവെച്ചു കഷായം മൃദുനാഗ്നിനാ
ജീരകം മേമ്പൊടികൂട്ടി കുടിച്ചാൽ വായു ശാന്തമാം.
ഇക്കിളിന്നും ഗുണം തന്നെ കഷായമിതു പൂജിതം.
ഇഞ്ചിനീരും കരിമ്പിൻനീരിരുനാഴിസ്സു കൂട്ടുക
ശക്കരാ രണ്ടുപലവും അതിലങ്ങു കലക്കുക.
കുറുക്കി ശ്ശക്കരാ പാകംവരുമ്പോൾ പൊടിതുകണം
ചുക്കും ചീരകമാചാളി കിയ്യാത്തും കണ്ടിവെണ്ണയും
ചെന്നിനായകപാറങ്കി കരിഞ്ചീരകമെന്നിവ
മുക്കഴഞ്ചതു കൂട്ടീട്ടു പൊടിച്ചു പൊടികൊള്ളുക
ഇളക്കി വാങ്ങിയാറിട്ടു് ഉരുട്ടഃഗുളികാ കൃതാ.
കൊട്ടുക്ക വായു ചുമയും ശമിക്കമിതു നിൎണ്ണയം.
ക്ഷയത്തിനേററവും നന്നു് കൈകകണ്ടൌഷധം പരം
ഇന്ദ്രവല്ലിയിടിച്ചിട്ടു് മോരുതന്നിൽ പിഴിഞ്ഞതു്
ഒരിടത്തങ്ങുവെച്ചേച്ചു ജീരകം നെയ്യിലാദരാൽ
വറത്തു നന്നായ് പാകത്തിലരിച്ചതിലൊഴിച്ചുടൻ
അടച്ചു പാതിയാക്കീട്ടു കുറുക്കീട്ടതു വാങ്ങിയാൽ
വറത്തു ജീരകം നന്നായ് പൊടിച്ചങ്ങതിലിട്ടുടൻ.
സേവിച്ചീടുക മുമ്മൂന്നുനാഴികയ്ക്കുതു സാദരം
വായുക്ഷോഭം ശമിച്ചീട്ടുമുടനെ നാത്രസംശയഃ.

നെയ്യതിന്നൊന്നു ചൊല്ലീടാം രഹസ്യം സാരമെത്രയും
ഇന്ദ്രവല്ലിയിടിച്ചിട്ട് മോർവിഴിഞ്ഞു പിഴിഞ്ഞതിൽ
കിയ്യാത്താചാളി കന്നാരം പാറങ്കി ജീരകം തഥാ
സഹസ്രവേധിയും കൂട്ടി പൊടിച്ചങ്ങതിലിട്ടുടൻ
ഉള്ളിനന്നായ് തൊലിച്ചിട്ട് നെയ്യിൽ മൂത്താലെടുത്തുടൻ
ഇന്നീരെട്ടുത്തൊഴിച്ചിട്ടു പാകം സൂക്ഷിച്ചുകൊണ്ടുടൻ
വാങ്ങിയാറി ക്കുടിച്ചെന്നാൽ വായുക്ഷോഭവുമെക്കിളും
ശമിക്കമിതുനൈകെകണ്ടോരൗഷധം ഗുരുണോദിതം
മൂഞ്ഞ കൊട്ടം കുറുന്തോട്ടി ഖ്യരണ്ഡം ചെറുതേക്കതും
ചുക്കമായിക്കഷായത്താലേക്കലഞ്ചും ശമിച്ചുപോം.
ഭാർങ്ഗീ തിപ്പലിയും മഞ്ഞൾ പൊന്നാവീരൻ മഹൗഷധം
കൊത്തമ്പാലരിബീജം ച അമൃതോടാടലോടകം
കഷായംവച്ചു സേവിക്ക ഇവ ഒപ്പിച്ചുകൊണ്ടുടൻ
ഇക്കിളും ശ്വാസവും തീരും വിലക്കം മാറുന്നോവതും;
വെള്ളകൈകൊണ്ടുമർദ്ദിച്ചു ചെവിരണ്ടുമടയ്ക്കുക
എക്കിട്ടൊഴിയുമെന്നല്ലോ സത്യമായ്ഗുരുഭാഷിതം.
ചുക്ക തിപ്പലി നെല്ലിക്കാ സമമായി പ്പൊടിച്ചുടൻ
തേനിൽ സേവിക്കിലപ്പോഴെ ഇക്കിളൊക്കെശ്ശമിച്ചുപോം.
മുന്തിരങ്ങാപ്പഴം ചുക്ക തേനിൽ സേവിക്കയും ഗുണം
അശകിൻതൊലിയും മുക്കാ കഷായംവച്ചരിച്ചതിൽ
തേനുംകൂട്ടീട്ടു സേവിച്ചാൽ ഇക്കിളഞ്ചുമൊഴിഞ്ഞുപോം.
ഇന്തുപ്പുനീരിനാൽ നസ്യം ചെയ്കിലിക്കിളൊഴിഞ്ഞുപോം
സേവിപ്പിക്കയുമാമെല്ലോ ഇക്കിൾക്ക പരമൗഷധം.
മുള്ളൻപന്നിയുടേമുള്ളും പീലിത്തണ്ടും കരിച്ചുടൻ
പൊടിച്ചു നെയ്യിൽ മർദ്ദിച്ചു തേപ്പു കണ്ഠത്തിലുംപുനഃ.
സേവിപ്പിച്ചീടണം കിഞ്ചിലിക്കിളാശു ശമിച്ചുപോം.
പിന്നെക്കർപ്പൂരാദികൊള്ളാം ശ്വാസകാസത്തിനും ഗുണം.
മാവിൻെറ തളിരും ഞെട്ടും കരിമ്പു മലരിഞ്ചിയും
കരിമ്പിൻനീരിൽ വററിച്ചു നൈക്കലത്തിൽ കൊറേ

വറത്തു ചീരകം ക്രട്ടീട്ടുള്ള മുക്കടിയും ഗുണം
ഇവ തന്നെ കഷായം വച്ചതിൽ കാച്ചുന്ന നെയ്യുമാം
കർപ്പൂരാദിമരുന്നൊക്കെ കൽക്കൻ ചേർത്തിട്ടു കാച്ചുക.
ക്രട്ടുന്തു വിംചലേഹത്തിൻമരുന്നിതിനു കേവന
ഇഞ്ചിയും നല്ലമാങ്ങാനാറിയും ക്രട്ടിയ മുക്കടി
നല്ല മാതളനാരങ്ങാ താളിമാതളനാരകം
കച്ചനാരങ്ങായും മാങ്ങാനാറിയും ചേർത്തിടിച്ചുടൻ
പിഴിഞ്ഞുള്ളരസേ പാലും ചേർത്തു കാച്ചുന്ന നെയ്യുമാം
വറത്തു നെല്ലിതൻ പത്രം ബന്ധുജീവസ്യപത്രവും
പൊടിച്ചു തേനിൽ നക്കീടിൽ തുറക്കം നാശമുച്ചകൈ:
മുക്കാ തിപ്പലിയും വചാ നിശയുമായ് ബ്രഹ്മീരസേ
കൽക്കമായ്
പാകപം നെയ്യൊരുമണ്ഡലം ദിനമുഷേ ലിഹ്യാൽ
സിതാസംയുതം.
നൈകളിൽ കദളീകന്ദാദിയും പിന്നെദ്രശാങ്ഗവും
ചൂർണ്ണം കർപ്പൂരമാദിശ്ച യേലാതപങ്നാഗമാദിയും
നന്നു താലീസപത്രാദി യവന്യാദിയുമെന്നിവ
ശ്വാസത്തിന്നു വിദാര്യാദികഷായം ഗുണമേററവും
ഉഝരവും വെൺകരുന്തോട്ടി കരുന്തോട്ടിയുമൊപ്പമായ്
കഷായം വച്ചു സേവിക്ക ജീരകം തത്ര മേമ്പൊടി
നീർമാതളം സഹചരം കഷ്ഠം മുമ്മൂന്നു കൊണ്ടതും
തേവതാരം കഴഞ്ചാറും ക്രട്ടി കപാഥവുമത്തുതം
നന്നു ജീരകദാരുഭ്യാം കഷായം ശ്വാസനാശനം:
ത്രികോൽപക്കൊന്ന നന്നായിപ്പൊടിച്ചു സിതയാന്വിതം
ത്രികോല്പക്കൊന്ന മൃദ്വീകാ കൊണ്ടുവച്ചകഷായകേ
ചേർത്തുകൊണ്ടു കൊടുത്തിട്ടു വിരേചിപ്പിക്കയും ഗുണം
കഴുത്തിന്നുള്ളകീഴേടത്തൊക്കയും കിഴികാച്ചുക
കാസത്തിന്നു വിധിച്ചുള്ള ലേഹാദികളുമുത്തമം.
വിദാര്യാദിഘൃതം നന്നു നന്നു ഗുൽഗുലുതിക്തകം
സേവ്യം വൃഷഘൃതഞ്ചൈവ തപ്തധാരയുമുത്തമം.

വൈദ്യസാരഥിയുടെ
പഴയ ലക്കങ്ങൾ.

		രൂ.	ണ.	സ.	
1-ം 2-ം വാല്യങ്ങൾ	....	2	0	0	വീതം.
3-ം 4-ം 5-ം വാല്യങ്ങൾ	....	2	8	0	,,
6-ം 7-ം 8-ം വാല്യങ്ങൾ	....	2	12	0	,,
8 വാല്യങ്ങളുംകൂടി	....	15	0	0	,,
9-ം 10-ം വാല്യങ്ങൾ	....	3	0	0	,,

വൈദ്യസാരഥി പ്രസ്സ്, കോട്ടയം.

Printed and Published by C. G. Govinda Pillay
at the Vaidya Sarathy Press, Kottayam.